

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №32 " (корпус 1)
_____/Кузнецова Н.Б./

МЕНЮ
28 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	6,4	4,8	41	233
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7	19,7	155
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6/4	1,6	1,7		22
ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,7	39
Итого		11,2	13,5	70,4	449
II Завтрак					
СОК	200			23	92
Итого					
Обед					
ЩИ НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	6,5	10,3	9	159
ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	200	15,5	17,1	28,4	329
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39
Итого		25,2	27,8	67,7	626
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		6,4	5,9	32,5	211
Ужин					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,9	2,1	5,1	42
РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	140	15	11	6,5	185
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,4	19	92
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	13,9	86
Итого		21,5	15,7	44,5	405
Всего		64,3	62,9	238,1	1783

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №32 " (корпус 1)
_____/Кузнецова Н.Б./

МЕНЮ
28 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,9	4,6	30,7	184
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	4/3	1,1	1,1		15
ЧАЙ С САХАРОМ	150			8,7	35
Итого		8,4	10,1	54,1	343
II Завтрак					
СОК	150			17,2	69
Итого					
Обед					
ЩИ НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	5,6	8,4	7,3	131
ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	150	13,1	14,5	22,6	272
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31
Итого		21,2	23,3	54,2	513
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79
ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106
Итого		5,1	4,7	30,2	185
Ужин					
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	2	3,7	36
РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	110	13,3	10,9	5,1	171
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	14,3	69
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	12	78
Итого		18,7	15,4	35,1	354
Всего		53,4	53,5	190,8	1464